



URRETXU : ALDIRI KIROLDEGIA 2021

Kirol Ikastaroak 2021 // Cursos Deportivos 2021

1. HIRUHILEKO //1º Trimestre: Urtarrilak 7 - Martxoak 31 // 7 Enero - 31 Marzo

IKASTAROAK Cursos	Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala	ORDUTEGIA Horario	ABONADO	NO ABONADO
	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes		Hil.-Mes /Trim.	Hil.-Mes/Trim.
ERRITMIKA GIM.		X		X		17:00 – 18:00	18.85 € / 56.55 €	31.30 € / 93.90 €
		X		X		18:00 – 19:00	18.85 € / 56.55 €	31.30 € / 93.90 €
		X		X		19:00 – 20:00	18.85 € / 56.55 €	31.30 € / 93.90 €
ZUMBA	X		X			11:00 – 12:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
	X		X			15:00 – 16:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
	X		X			18:00 -19:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
	X		X			20:00 -20:45	23.80 € / 71.40 €	32.50 € / 97.50 €
PILATES		X		X		8:00 – 9:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
		X		X		10:00 – 11:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
	X		X		X	9:00 – 10:00	38.80 € / 116.40 €	47.60 € / 142.80 €
	X		X		X	10:00 – 11:00	38.80 € / 116.40 €	47.60 € / 142.80 €
		X		X		15:00 – 16:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
	X		X		X	18:00 – 19:00	38.80 € / 116.40 €	47.60 € / 142.80 €
		X		X		17:00 – 18:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
		X		X		18:00 – 19:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
3.ADINEKO GIM / GIM 3ª EDAD		X		X		11:00-12:00	18.58 € / 56.55 €	25.10 € / 75.30 €
GIM.MANTENIMIENTO	X		X		X	9:00 – 10:00	23.80 € / 71.40 €	36.30 € / 108.90 €
	X		X		X	10:00 – 11:00	23.80 € / 71.40 €	36.30 € / 108.90 €
		X		X		15:00 – 16:00	18.85 € / 56.55 €	31.30 € / 93.90 €
TOTAL TRAINING	X		X			17:00 – 18:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
CORE	X		X			20:00 – 21:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
CICLOINDOR		X		X		10:00 – 11:00	38.80 € / 116.40 €	45.10 € / 135.30 €
	X		X			15:00 - 16:00	38.80 € / 116.40 €	45.10 € / 135.30 €
		X		X		19:00 – 20:00	38.80 € / 116.40 €	45.10 € / 135.30 €
		X		X		20:30 – 21:30	38.80 € / 116.40 €	45.10 € / 135.30 €
CICLO+POWER		X		X		17:00-18:00	45.10 € / 135.30 €	57.65 € / 172.95 €
	X		X			18:30-20:00	45.10 € / 135.30 €	57.65 € / 172.95 €
	X		X			20:00-21:30	45.10 € / 135.30 €	57.65 € / 172.95 €
POWER + GAP		X		X		20:00-21:00	38.80 € / 116.40 €	45.10 € / 135.30 €
		X		X		20:00-21:00	38.80 € / 116.40 €	45.10 € / 135.30 €
TRX	X		X		X	8:00-9:00	38.80 € / 116.40 €	47.60 € / 142.80 €
					X	15:00-16:00	18.85 € / 56.55 €	25.10 € / 75.30 €
		X		X		17:00 -18:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
		X		X		18:00-19:00	32.50 € / 97.50 €	38.80 € / 116.40 €
MUSCULACION	X	X	X	X	X	MUSCULACION		32.60 € /Mes
PLAN PREP. PERSONAL						MUSCULACION	12.50 €	12.50 €

Informazioa eta izen emateak/ Información e inscripciones : Tf. 943 038092

IKASTARO ESKAINTZA/ Oferta cursos

Ikastaroen izen ematea hiruhilekoa izango da // La inscripción a los cursos será trimestral

COVIDak eragindako egoera dela eta, aurreikusitako ordutegiak eta aldiak aldatu egin daitezke
Debido a la situación generada por el COVID, los horarios y periodos previstos pueden tener variaciones